



INFORMATIONS



OSTWALD EHPAD SILOË



Début le mardi 04 février 2020



DURÉE : 01:00

PROFILS : Entraîneur sportif

PRE REQUIS :

Prévoir une tenue souple et une bouteille d'eau.

Certificat médical obligatoire à remettre à l'intervenant.

MATERIEL : Aucun

CODE ACTIVITÉ : 4OS388

Prix : **99.00 €**

DESCRIPTION

DANSE ORIENTALE prend sa source d'Egypte. C'est la plus vieille danse du monde. Aujourd'hui, la danse orientale fait l'objet d'un engouement extraordinaire de par le monde.

A pratiquer pour acquérir grâce et fluidité dans la gestuelle, la danse orientale vous apportera un regain de confiance en vous et vous réconciliera avec chaque partie de votre corps !
Basée sur le travail des différentes parties du corps de manière indépendante ou isolée, elle éveille à une meilleure connaissance de soi.

OBJECTIFS

Ce cours vous permettra d'accéder aux fameuses techniques d'ondulations et à l'apprentissage des huit latéraux (mouvements spécifiques du bassin), isolation, accents, ancrage, fluidité.....

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Mardi	04-02-2020	19:15	01:00	EHPAD SILOË, 4 rue de l'Île des Pêcheurs - 67540 OSTWALD
Mardi	11-02-2020	19:15	01:00	EHPAD SILOË, 4 rue de l'Île des Pêcheurs - 67540 OSTWALD
Mardi	03-03-2020	19:15	01:00	EHPAD SILOË, 4 rue de l'Île des Pêcheurs - 67540 OSTWALD
Mardi	10-03-2020	19:15	01:00	EHPAD SILOË, 4 rue de l'Île des Pêcheurs - 67540 OSTWALD
Mardi	17-03-2020	19:15	01:00	EHPAD SILOË, 4 rue de l'Île des Pêcheurs - 67540 OSTWALD
Mardi	24-03-2020	19:15	01:00	EHPAD SILOË, 4 rue de l'Île des Pêcheurs - 67540 OSTWALD
Mardi	31-03-2020	19:15	01:00	EHPAD SILOË, 4 rue de l'Île des Pêcheurs - 67540 OSTWALD
Mardi	07-04-2020	18:00	01:00	, -
Dimanche	12-04-2020	18:00	01:00	, -
Jeudi	23-04-2020	18:00	01:00	, -
Mardi	28-04-2020	18:00	01:00	, -
Mardi	05-05-2020	19:15	01:00	Visio-atelier, Visio -
Jeudi	14-05-2020	18:15	01:00	Visio-atelier, Visio -
Mardi	19-05-2020	19:15	01:00	EHPAD SILOË, 4 rue de l'Île des Pêcheurs - 67540 OSTWALD